

¡Soy Unica! ¡Soy Latina!

Si su hija tiene entre 9 y 14 años se encuentra en una etapa crucial de su vida llena de oportunidades, y a la vez, riesgos.

Este programa informativo fue creado para asistir a las adolescentes latinas, sus padres y miembros de la familia. Una llamada gratuita (en español o inglés) le proveerá la información que Ud. necesita.

**El futuro no será una cuestión de suerte si hay amor,
apoyo, y comprensión.**

¡Soy Unica! ¡Soy Latina!

If your daughter is between 9 and 14 years old, she is at a critical stage in her life, full of opportunities, and at the same time, risks.

This public education program was created to assist young Latinas and their families. A toll-free call (in English or Spanish) can provide the information you need.

**Her future will not be a matter of luck if she has love,
support, and understanding.**

¡Soy Unica! ¡Soy Latina!
1-877-767-8432
www.soyunica.gov

CSAP
SAMHSA
Center for Substance Abuse Prevention
Substance Abuse and Mental Health Services Administration



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
Substance Abuse and Mental Health Services Administration
Center for Substance Abuse Prevention

Your Daughter's Future Depends on You!

¡El Futuro de su Hija Depende de Ud!



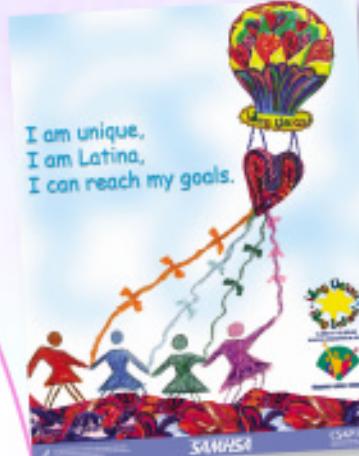


Al igual como usted lo hizo, su hija trata hoy, de buscar su identidad imitando a mujeres que ella admira. **No la deje pasar sola por este proceso.**

Es muy importante que durante la adolescencia ella se sienta que forma parte de un grupo y, especialmente que sea aceptada. Si por cualquier motivo tu hija se siente rechazada corre el riesgo que su auto-estima se dañe y esté propensa a malas influencias. También es posible que ella se envuelva en conductas peligrosas tales como fumar, beber alcohol, usar drogas ilícitas o caiga en otras situaciones más arriesgadas.

¿De qué manera puede ayudarle?

Converse con ella, conozca sus amistades, **muestre interés** por su vida. Los adolescentes pueden parecer seguros pero, no lo son. Tal vez, su hija no se siente cómoda discutiendo ciertos temas. Demuéstrele que su amor es incondicional. Enséñele lo lindo que es ser latina y las ventajas de poder hablar en dos idiomas. Es importante que ella y usted lo sepan. **Apóyela,** totalmente.



Just as you have done, your daughter looks towards today's role models when trying to find her own identity. **Don't let her go through this difficult time alone.**

During adolescence it is very important for her to feel a bond with her peer group and feel accepted. If your daughter feels rejected, it will hurt her self-esteem and she will be more prone to negative influences. Also, it is more likely that she will engage in risky behavior such as smoking, drinking alcohol, using illegal drugs, or face other serious problems.

How can you help?

Talk with her, get to know her friends, **show interest** in her life. Teenagers sometimes seem sure of themselves, when in reality, they are not. There might be subjects she does not feel comfortable talking about. Show her that your love for her is unconditional. Let her know how special it is to be Latina and the advantages of speaking two languages. It's important that both of you know that. Give her the **support** she needs.

